

# 楽歩堂通信

あしとココロが「ほっ。(ho)」とする情報カタログ

大地と  
つながる

vol.04

2019 Autumn

らくあし、らくくつ、らくほどう。





**GIESSWEIN**  
MADE IN AUSTRIA



地球にやさしいエコ素材  
**100% Merino Wool**



Merinowool Runner 18,500円+税



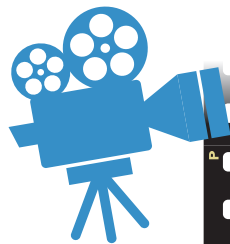
全面ストレッチ



↓  
クッション  
抜群

温度・湿度調整





## 楽歩堂の生い立ち③

### 【百貨店への出店】

2007年、阪急うめだ店のバイヤーが訪ねて来られました。「本格的なコンフォートシューズを展開している店を探している」ということでした。当初は1年間に4-5回、日数限定で販売するという方式でしたが1日当たり15-20件受注するという状況が続き、数年後に常設売り場を開設する運びとなりました。

この評判を聞きつけた他の百貨店からも次々にオファーが舞い込むようになり、日本橋高島屋、伊勢丹浦和店などに店舗を出店する運びとなりました。現在、当社直営21店舗中、8店舗が百貨店の店舗です。今年も西武所沢店、京阪百貨店守口店などへの出店を計画しております。

阪急百貨店は、もうひとつ当社にとってとても大きな流れをもたせてくれました。「run&walk」という業態の確立です。

私自身はトライアスリートでスタッフにはホノルルマラソン6位(日本人1位)の実績を持つ藤井貴紀がおります。藤井はプロフェッショナル、私はアマチュアとしての視点で走ることや歩くことを追求し、その情報を商品・売り場にフィードバックするように努めています。プロとアマチュア両方の視点というのはとても大きな意味があると確信しております。

(次号へ続く)



代表取締役 社長 渋谷 則明

〈profile〉 履き物屋三代目。一代目は下駄屋、二代目革靴屋そして三代目健康靴屋(株)楽歩堂を群馬県高崎で創立。幼い頃から靴屋店先が遊び場で、根っからの商売家に育つ。靴屋歴33年。現在は楽歩堂オリジナル靴のデザイン、インソールと靴のラスト製作。世界から靴のバイイングを本業とします。  
趣味: 足と靴。トライアスロン(スイム、バイク、ラン)、スキューバダイビング、盆栽、世界の居酒屋巡り。



阪急うめだ本店の  
上位4%にあたる「金ネーム」を  
授与されたスタッフも



ドイツのインソールメーカーと  
共同で新素材インソールの  
改良を重ねる



世界各地の  
トライアスロン大会に出場し、  
年代別の好成績を取っている



藤井が主宰する  
ランニング教室では群馬県各地で  
楽しいレッスンを行う

# 人生は楽歩の道



山西 哲郎

## 歩くことは生きること

「歩くことが、一番の良薬である」ヒポクラテス

人類とは、二足歩行から始まった。現代の赤ちゃんも、まず四つん這いで歩き、這い回る。やがて、二足で立つと視野が広がり、手は自由。体いっぱい歩きはじめる楽しさが脳に記憶されるのです。

大人になって、病室に入院したとき、ベッドを離れると、すぐに歩きたくなり、すぐに元気を取り戻そうと気力がわいてきます。

歩けば、安静よりは空気中の酸素を2倍も3倍も多く摂取して、体中の細胞に送られ、体も心も脳も活性化して動的人間になっていく。それが私たちの生命活動を積極的に維持してくれるのです。



芝生を歩く、私の足

## 素足で歩く

「さあ、靴と靴下を脱ぎ、芝地のグラウンドに集まってください」の一言で、僕のウォーキング教室は始まります。

最初は嫌がっていた人が、「足裏が気持ちいい」「すべての指が開き、風が通り抜けます」の言葉。そんな素足気分で芝地を歩いているうちに、10本の指はすべて別々に動き、その指間は開く。すると、足だけではなく、脚の筋肉、腰の部分もいつもより多く動き、足の指から腰の筋肉まで、つながっていることが分かってくるではありませんか。

そのように感覚の豊かになった足でシューズを履けば、きっと自分に最もふさわしいものを足で見出すに違いありません。

# 楽歩と歩学

歩学とは歩きながら、考えること。

だから歩く道を哲学者の道とも呼ばれるほど。僕は、原稿がなかなかかけぬ時は必ず歩くことにしています。ランニングや自転車乗りでは、スピードが速すぎるのか、かえって考えが混乱してしまいます。

ダビンチは散歩が好きでしたが、馬車が怖いからと歩道をつくり、そして、雨が降っても散歩ができるようにと屋根付きの歩道を15世紀に造ったといわれています。

ベートーベンは神経症に悩まされ、その憂うつから逃げ出すように、3、4時間ウィーンの森を歩き、「田園」を作曲しました。僕は、歩く、走る前にこの曲を聴いてから、出かけます。心のウォーミングアップができてしまいます。

「月日は百代の過客にして、行きかふ年も又旅人也」と松尾芭蕉はこう述べて、奥の細道に旅たち、俳句を作りながら、歩く旅をして、人生の旅となっていくのでした。5, 7, 5の俳句のリズムは、歩く歩調に合い、俳句が生まれてきます。だから、ウォーキングの集いには、エンピツと紙を持って歩いているうちに「俳句なんて難しい」と言っていた人までが、作ってしまいます。もし、俳句ができなければ風景をスケッチすれば画家となり。小さな道端の花を書きながら花と語り合う楽しい時間となってきます。

## 歩くことは楽歩なり。

### 群馬大学名誉教授 山西 哲郎 先生

日本体育学会元会長・日本オリエンテーリング協会会長・ランニング学会元会長・特定非営利活動法人ベアリスランニングクラブ代表・鳥取県出身。東京教育大学よりマラソンと箱根駅伝をはじめ、ボストンマラソン、ホノルルマラソンなど世界各地でランニングを実践し、人生のほとんどを走っているランニング学者。

市民ランナーの指導者として、ランニングやスポーツの普及、社会交流を図り、全国各地で大会や講習会を開催している。

季節の移ろいを五感で感じながら、ゆっくり、自由に、気持ちよく命ある限り走り続け、「三途の川を走って渡ること」を提唱している。

生涯スポーツとしてのランニング普及活動を行っている楽歩堂では、山西先生が提唱する自然流ランニング哲学に共感し、先生のランニング普及活動の協賛やサポートも行っております。



目指したのは  
「究極のコンフォートシューズ」

# Flowly



丸みを帯びた靴底が導く「理想的な歩行」  
国立大学との共同実験において  
足腰への負担を軽くする結果が得られています。



踵を着いた時に理想的な  
「約15度」つま先が上に向く



中心に乗った時に「約5度」の  
傾斜と丸みで軽く前に進む



踵が「25度以上」持ち上がり  
スムーズに蹴り出せる

ほっそり足でも甲が  
フィットします



Women's

ツワブキII 28,500円+税  
ブラック・ブラウンもあります

Flowlyシリーズで人気NO.1

Women's

Men's

フローリー01  
28,500円+税



他のカラーも多数あります



コロンとした  
つま先が人気♪

Women's

フローリー ワットループ  
28,500円+税  
ブラック・ダークブラウンも  
あります

Flowlyで  
一番幅が広い  
ウォーキング  
パンプス



Women's

フローリー マーガレット  
28,500円+税 ブラウンもあります